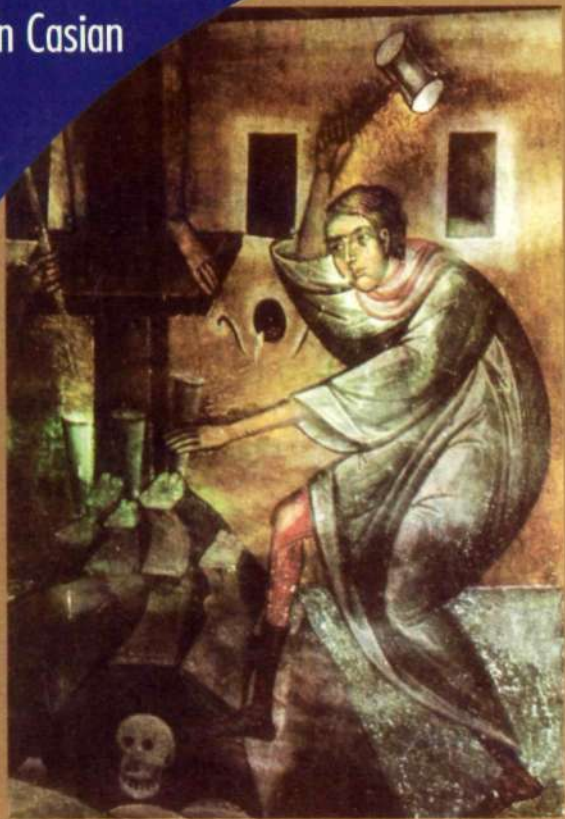


Sf. Ioan Casian



Tămăduirea sufletului
de patima mâniei

Sf. Ioan CASIAN

**TĂMĂDUIREA SUFLETULUI DE
PATIMA MÂNIEI**



TRINITAS

IAȘI, 2003

TĂMĂDUIREA SUFLETULUI DE PATIMA MÂNIEI

Patima mâniei este considerată de Sfântul Ioan Casian „ucigătoare” prin efectele devastatoare pe care le are asupra sufletului și, implicit, asupra vieții duhovnicești. Cât timp ea se află în inimile noastre drumul spre desăvârșire ne este închis, deoarece sufletul rob de mânie nu poate lucra nici o virtute. Și aceasta pentru că mintea este orbită de „întunecimile vătămătoare” ale acestei patimi. Rațiunea este considerată de Sfântul Ioan a fi soarele nostru lăuntric, care luminează gândurile și ascunzișurile inimii. Dacă, din cauza mâniei, acest soare interior apune, atunci întunericul patimilor va pune stăpânire pe ființa noastră. De aceea, cel aflat în robia mâniei bâjbăie în noaptea păcatelor și nu poate ajunge la lumina virtuților.

Sfântul Ioan Casian ne amintește, însă, că mânia este o pornire a sufletului lăsată cu înțelepciune

Textul broșurii este extras din „Sfântul Ioan Casian. Viața și învățătura lui” - antologie tematică alcătuită și explicată de Diac. Minai Iordăchescu, Editura Trinitas, Iași, 2003.

de Dumnezeu după căderea omului în păcat, pentru ca prin ea ființa umană să stârpească cu desăvârșire orice imbold al patimilor. Astfel, mânia ne-a fost zidită în noi spre o „slujire bună”, și anume spre a ne mânia împotriva pornirilor pătimășe ale sufletului și asupra păcatelor făptuite. Ea este, în același timp, armă împotriva ei înseși, atunci când ne mâniem pe semenii, neîngăduind cuibărirea acestei patimi în ascunzișurile inimii. În acest sens explică Sfântul Ioan povața Sfântului Apostol Pavel: „Mâniați-vă, dar nu greșiți” (Efeseni 4, 26). Este vorba aici de mânia cea bună, îndreptată împotriva păcatelor proprii, și de mânia cea rea îndreptată în mod greșit spre aproapele.

Trebuie să facem distincție între aceste două feluri de mânie. Mânia cea dreaptă este numai cea îndreptată împotriva propriilor patimi. Sfântul Ioan ne atenționează ca nu cumva să ne îndreptăm această pornire a sufletului asupra aproapelui sub pretextul dorinței de a-l ajuta să se vindece de patimi. Căci preocupându-ne de tămăduirea altora, noi înșine nefiind încă vindecați, putem cădea ușor în „boala mai cumplită a orbirii”. Pornirea mâniei trebuie îndreptată doar asupra noastră. De aceea, trebuie să ne vedem

mai întâi bârna din ochiul nostru și nu paiul din ochiul celui alt, pentru ca nu cumva din cauza bârnei noastre să ni se întunece sufletul și să nu mai vedem „soarele dreptății”.

Scopul mâniei este unul singur: retezarea din rădăcină a „pornirilor ticăloase” ale inimii, pentru ca acestea să nu se transforme în păcate cu fapta.

Sfântul Ioan Casian supune atenției în acest capitol și faptul că unii caută să-și îndreptățească pornirile mâniei asupra celorlalți printr-o interpretare voit greșită a Sfintei Scripturi. Astfel ei consideră că dacă în Scriptură se spune: „Și S-a aprins de mânie Domnul împotriva poporului Său” (Psalmul 105, 40), se pot considera și ei îndreptățiți să se mânie. Sfântul Ioan consideră că această interpretare a Scripturii este „trupească și strâmtă, adică după literă”, nefiind corectă. Aici Scriptura trebuie înțeleasă în mod spiritual, alegoric. Mânia lui Dumnezeu trebuie înțeleasă ca dreapta răsplată căreia ne va face părtași la Judecată. Omul se teme în fața unor judecători foarte drepi de mânia lor pedepsitoare atunci când conștiința îi este apăsată de o vinovăție, iar acest lucru îl face nu pentru că acești judecători ar avea în sufletele lor o mânie răzbunătoare, „ci pentru

că acesta este sentimentul ce-l încearcă cei ce se tem în fața celui ce aplică legile, după o examinare și cumpănire dreaptă". Chiar dacă judecata este făcută cu multă blândețe și bunătate, totuși ea este considerată ca fiind săvârșită cu mânie de către cei ce vor trebui să fie osândiți din vina lor.

Sfântul Ioan subliniază faptul că mânia nu trebuie izgonită numai din sufletele noastre, ci pentru ca rugăciunile noastre să fie bineprimite înaintea lui Dumnezeu, noi trebuie să ne silim să aducem pace și în sufletele celor care s-au mâniat împotriva noastră, după cuvântul Mântuitorului: „Dacă-ți vei aduce darul tău la altar și acolo îți vei aminti că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă darul tău acolo, înaintea altarului, și mergi întâi și împacă-te cu fratele tău și apoi, venind, adu darul tău" (Matei 5, 23-24).

În ceea ce privește tălmăduirea de această patimă Sfântul Ioan ne învață ca mai întâi să o izgonim din inimă, iar apoi să sădim în locul ei virtutea răbdării. Este metoda terapeutică esențială în izbăvirea de patimi, având drept scop smulgerea păcatelor din rădăcină și izgonirea lor definitiv. De aceea, Sfântul Ioan o recomandă în cazul fiecărei boli sufletești datorate patimilor.

Trebuie ca mai întâi să o smulgem din fundul inimii noastre pentru a nu o mai săvârși în cuvânt și în faptă, nu invers. Căci dacă ne abținem să o făptuim în cele exterioare, dar o lucrăm în interior, cu gândul și cu inima, nu vom avea nici un folos, ba dimpotrivă ea va crește în sufletul nostru și, mai târziu, nu o vom mai putea înăbuși deloc. De aceea, chiar de va trăi cineva în singurătate și nu va avea pe cine să se mânie, dacă nu și-a stârpit mânia din ascunzișurile inimii, ea se va înmulți în sufletul său, iar atunci când va avea prilej de manifestare, o va face cu o violență de neoprit. Sfântul Ioan aseamănă această ascundere a viciilor în inimă cu niște cai fără frâu care stau în boxe la alergări, așteptând deschiderea lor, iar când aceasta are loc ei „țâșnesc năvalnic spre pieirea propriului vizitiu".

Izgonind patima din inimă trebuie să sădim în locul ei virtutea răbdării, care stăvilește pornirile „ticăloase" ale inimii și izvorăște blândețea.

Iată, pe scurt, care sunt sfaturile terapeutice ale Sfântului Ioan Casian, prin urmarea cărora sufletul doritor de vindecare își va redobândi sănătatea în vederea câștigării mântuirii.

IV.1. Urmările robirii sufletului de patima mâniei

„A patra luptă o avem de dat împotriva mâniei, care trebuie alungată cu totul din suflet pentru otrava ei ucigătoare. Cât timp stăruie în inimi, orbindu-ne mintea cu vătămatoarele ei întunecimi, nu vom putea ajunge nici să judecăm cu dreaptă chibzuință, nici să ne bucurăm de văzul unei sublime contemplații și nici să dăm sfaturi înțelepte altora. Nici părtași la viața adevărată și păstrători statornici ai dreptății nu vom mai rămâne, dar să mai încapă în noi lumina duhului și a adevărului! Căci zice Scriptura: *«Tulburatu-s-a de mânie ochiul meu»* (Ps. 30, 9). Nici parte de adevărata înțelepciune nu vom avea, chiar de am trece de înțelepți în ochii tuturor, *«Pentru că mânia sălășluiește în sânul celor nebuni»* (Ecclesiast 7, 8), dar nici viață fără de moarte nu vom putea dobândi, oricât de prevăzători s-ar părea că suntem judecați de oameni: *«Căci mânia îi pierde chiar pe cei prevăzători»* (Pilde 15, 1). Nu vom fi în stare să păstrăm nici cârma dreptății ajutați de un ascuțit discernământ al minții, oricât de desăvârșiți și vrednici de respect am fi socotiți de toată lumea: *«Căci mânia omului nu lucrează*

dreptatea lui Dumnezeu» (Iacob 1, 20). Nici cinestea pe care o întâlnim deseori chiar la oamenii acestui veac, n-o putem în nici un chip câștiga, oricât de nobili și cinstiți am fi prin privilegiul nașterii, *«căci bărbatul mânios este necinstit»* (Pilde 11, 25). Nici la un sfat înțelept nu vom fi în stare să ne ridicăm vreodată, oricât de severi și plini de adâncă știință am părea, fiindcă *«cel iute la mânie săvârșește nebunii»* (Pilde 14, 7). Nici la adăpost de tulburări primejdioase și feriți de păcate nu vom putea fi, chiar dacă nici o neliniște nu ne vine din partea altora, fiindcă *«un om mânios ațâță cearta și cel aprig săvârșește multe păcate»* (Pilde 29, 12). („*Așezămintele...*”, cartea aVIII-a, cap. 1, p. 211-212)

„...Fericitul Apostol... după ce a zis: *«Măniați-vă, dar nu greșiți»*, adaugă îndată: *«Soarele să nu apună peste mânia voastră, nici să dați loc diavolului»* (Efeseni 4,26-27). Dacă este vătămător să apună soarele peste mânia voastră și dacă, măriindu-ne dăm îndată loc în inima noastră diavolului, cum ne-a dat poruncă să ne mâniem, zicând: *«Măniați-vă, dar nu greșiți»!* Oare nu este limpede că acest lucru, adică mâniați-vă împotriva viciilor și furiei voastre, ca nu cumva voi, închizând ochii, soarele dreptății, Iisus, din cauza mâniilor voastre,

Într-adevăr, omul întotdeauna s-a temut de cei despre care știe că se mânie și de aceea se ferește să-i supere. Așa, în fața unor foarte drepti judecători, de obicei se tem de mânia lor pedep-sitoare cei a căror conștiință este apăsată de vreo vinovăție, și asta nu pentru că s-ar afla vreo pornire de răzbunare în sufletele celor care au să dea o sentință dreaptă, ci pentru că acesta este sentimentul ce-l încearcă cei ce se tem chiar în fața celui ce aplică legile, după o examinare și cum-pănire dreaptă. Oricât de mari ar fi blândețea și bunătatea cu care este făcută judecata, ea este socotită ca izvorând dintr-o grea și foarte pornită mânie de către cei ce au trebuit să fie supuși din vina lor osândei.

Ar fi lungă înșirarea și nepotrivită cu scopul lucrării dacă am sta să lămurim toate câte s-au spus în sens figurat în Scripturi despre Dumnezeu ase-mănat cu făptura omenească. Pentru trebuința de acum ar fi de ajuns cele ce am spus..., pentru ca nimeni să nu-și mai tragă prilej de boală și moarte veșnică tocmai de acolo unde se caută sfințenie și nemurire, tămăduirea vieții și nemurirea". (*Ibidem*, cap. 3-4, p. 212-214)

IV.3. Mânia mântuitoare și mânia pierzătoare

„Negreșit avem sădită în noi mânia spre o destul de bună slujire, la care este folositor și sănătos să recurgem numai atunci când fierbem de mânie împotriva pornirilor ticăloase ale inimii noastre și ne indignăm că cele, de care ne rușinăm a le face sau vorbi în fața oamenilor, s-au furișat în ascunzișurile inimii noastre. Firește, prezența îngerilor și a lui Dumnezeu însuși, Care pătrunde cu vederea pretutindeni și în toate și Căruia nu-i pot rămâne ascunse în nici un chip tainele conștiinței noastre, ne cutremură de spaimă.

Tot astfel, ne aduce bună slujire când ne pornim împotriva mâniei însăși, care s-a furișat în noi contra fratelui și alungăm întâi toate îmbol-dirile ei ucigașe, fără a-i îngădui să aibă lăcaș în adâncul inimii noastre. La fel ne învață să ne mâ-niem chiar profetul, care o alungase într-atât din simțurile lui, încât nici propriilor lui dușmani n-a voit să le răspundă după legea talionului, zicându-le: «*Mâniați-vă, dar nu greșiți*» (Efeseni 4,26).

Prin urmare, ni se poruncește să ne mâ-niem cu folos împotriva noastră înșine și împotriva

îmboldirilor ticăloase ce se stârnesc în noi și să nu greșim împingându-le pe acestea spre fapte vătămătoare. În sfârșit, același sens îl lămurește mai deplin versetul următor: «*De cele ce ziceți în inimile voastre căiți-vă în așternuturile voastre*» (Ps. 4, 5), adică tot ce gândiți în inimile voastre sub năvala neașteptată a îmboldirilor ticăloase, îndreptați și lecuiți prin cumpănită chibzuință și alungați, printr-o foarte fierbinte căință, toată izbucnirea furiei pătimase, ca și cum ați fi gata de culcare". (*Ibidem*, cap. 7-9, p. 215-216)

„Însă ce trebuie să mai spun de unii despre care nu pot nici chiar vorbi fără să roșesc eu însumi, a căror înverșunare nici la apusul soarelui nu-și află potolire, ci și-o prelungesc timp de multe zile? O ură ascunsă îi roade împotriva celor pe care le-a cășunat, și oricât ar tăgădui-o prin vorbe, o dovedesc prin fapte cât sunt de copleșiți de ea. Nici nu li se mai adresează cu grai blând, dar să mai stea de vorbă cu obișnuita bunătate; și cu toate astea socotesc că nu săvârșesc nici un păcat dacă pornirea lor nu caută răzbunare. Totuși, dacă din lipsă de curaj ori, sigur, din neputință n-o dau pe față și n-o pun în lucrare, atunci, întorcând otrava mâniei asupra lor înșiși, spre propria pierzanie, o

clocesc mulți în inimi și o rumegă pe tăcute în ei; în loc să alunge îndată otrava supărării prin puterea virtuții, ei o mistuiesc zi de zi". (*Ibidem*, cap. 11, p. 216-217)

IV.4. Tămăduirea patimii mâniei

împăcarea cu semenii

„Or, cum să îngăduie Domnul să păstrăm în noi mânia, fie chiar pentru o clipă, El, Care nu admite să-I fie oferite nici măcar jertfele spirituale ale rugilor noastre, dacă știm că cineva are vreun necaz pe noi? «*Deci, zice El, dacă-ți vei aduce darul tău la altar și acolo îți vei aminti că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă darul tău acolo, înaintea altarului, și mergi întâi și împacă-te cu fratele tău și apoi, venind, adu darul tău*» (Matei 5, 23-24). De aceea, cum ne vom îngădui să păstrăm supărare împotriva fratelui, nu zic pe mai multe zile, dar nici chiar până la apusul soarelui, dacă nici măcar, când este supărat fratele pe noi, nu ne este îngăduit să adresăm rugăciuni Domnului? Or, Apostolul ne îndeamnă: «*Rugați-vă neîncetat*» (I Tesaloniceni 5, 17) și «*în tot locul, ridicând mâini sfinte, fără mânie și fără șovăieli*»

(I Timotei 2, 3). Deci rămâne ca sau să nu ne mai rugăm, cât timp păstrăm în inimi o astfel de o-travă, și atunci ne facem vinovați de călcarea acestei porunci apostolice și evanghelice, după care ni se cere să ne rugăm neîncetat și în tot locul; sau, dacă închizând ochii la această inter-zicere, cutezăm să-I înălțăm rugăciuni, să ținem seamă că nu rugi îi adresăm Domnului, ci sfida-rea noastră cu duh de răzvrătire.

Și fiindcă de cele mai multe ori noi le arătăm desconsiderare fraților pe care i-am jignit și în-tristat, sau, cel puțin privindu-i de sus, pretindem că nu noi ne facem vinovați de asta, Doctorul sufletelor și Cunoscătorul celor ascunse dinlă-untrul nostru a voit să înlăture cu totul orice prilej de mânie din inimile noastre. Astfel, El ne porun-cește nu numai să-i iertăm pe frații noștri care ne-au supărat și să ne împăcăm cu ei, alungând din minte toată jignirea sau întristarea pricinuită de ei, dar mai mult: dacă știm că ei au vreo pornire dreaptă sau nedreaptă împotriva-ne, la fel ne im-pune să lăsăm darul nostru, adică să întrerupem ruga și să ne grăbim mai întâi a-i împăca. După ce le-am potolit mânia, putem înălța nepătate darurile rugăciunilor noastre. Căci Domnul nostru, al

tuturor oamenilor, nu-I împăcat să-I aducem o ast-fel de slujire, prin care ce-a dobândit printr-unul să piardă prin celălalt stăpânit de supărare. Cel ce dorește și așteaptă mântuirea tuturor robilor Săi suferă o pagubă la fel dacă a pierdut pe cineva. De aceea, dacă fratele are mânie împotriva noas-tră, rugăciunea ne va fi tot atât de nefolositoare de parcă noi am păstra-o în sufletul umflat de in-dignare împotriva acestuia". (*Ibidem*, cap. 13-14, p. 217-218)

Izgonirea patimii din inimă și sădirea, în loc, a virtuții răbdării

„Mânia trebuie oprită nu doar de la faptă, ci mai ales alungată din ascunzișurile inimii noas-tre, ca nu cumva, orbiți de întunecimile ei să nu mai fim în stare să primim nici lumina unui sfat sănătos, nici a științei și, drept urmare, să nu mai devenim templul Duhului Sfânt, dacă duhul cel rău și-a găsit sălaș în noi. Această mânie închisă în inimă poate să nu facă supărare oamenilor din jur, dar respinge strălucitoarea lumină a Duhului Sfânt, ca și cum ar împinge-o în afară". (*Ibidem*, cap. 12, p. 217)

„Legea Veche... ne pune în vedere același lucru: *«Să nu dușmănești, zice, pe fratele tău în inima ta»* (Levitic 19, 17), și iarăși: *«Să nu ai ură asupra fiilor poporului tău»* (Levitic 19, 18) și tot așa: *«Drumurile celor care-și amintesc de fapta rea duc spre moarte»* (Pilde 12, 28). Deci și acolo observi că este îndepărtată răutatea nu numai de la faptă, dar chiar din gând, o dată ce se cere alungată cu totul ura și răzbunarea până și din minte, dar din inimă?...

Îndreptarea și liniștea noastră deplină nu trebuie să se bazeze pe o bunăvoință străină, ceea ce nu stă, dealtfel, în putința noastră, ci mai degrabă în tăria noastră. De asemenea, nici înăbușirea mâniei nu e bine să atârne de desăvârșirea morală a altuia, ci să coboare din forța noastră spirituală, care se dobândește nu prin răbdarea semenilor, ci prin propria noastră îndelungă - răbdare.

Uneori, biruiți de orgoliu sau de lipsa de răbdare, nu vrem să ne îndreptăm purtările neașezate și neînțelepte și de plângem că avem nevoie de singurătate, ca și când acolo, nemaifiind nimeni care să ne tulbure, vom afla virtutea răbdării. Acoperindu-ne în acest fel lipsa noastră de zel, pretindem că nu din nerăbdarea noastră, ci din

vina semenilor izvorăsc cauzele supărărilor. Tot dând pe alții vina propriilor greșeli, nu vom putea ajunge niciodată la o adevărată răbdare și desăvârșire... Căci singurătatea, pe cât e în măsură să descuie poarta spre cea mai sublimă contemplație celor ce și-au curățat viața, iar prin vederea cea mai neîntinată să pătrundă la cunoașterea tainelor spirituale, tot așa celor ce nu și-au îndreptat-o îndeajuns, nu numai că le păstrează întregi patimile, dar chiar le sporește.

Câte un om pare răbdător și sfios până s-a întovărășit cu cineva, dar, cum s-a ivit prilej de iritare, îl și vezi revenit îndată la firea lui de înainte. Viciile ce stăteau ascunse au și erupt ca niște cai fără zăbală, care, după o prea lungă odihnă, țâșnesc năvalnic și sălbatic din boxe la alergări, spre pieirea propriului vizitui. Într-adevăr, întrerupând legăturile noastre cu semenii, și mai mult se aprind în noi patimile, dacă n-au fost sugrumate de mai înainte. Lenevia pe care o hrănește lipsa de griji ne face să pierdem chiar și umbra de răbdare, pe care părea să o avem pentru moment...

Ca și când toate neamurile de șerpi veninoși și de fiare n-ar continua să rămână primejdioși chiar dacă stau retrași în vizuinile lor; dacă deocamdată

nu vatămă pe nimeni, nu înseamnă prin asta că nu sunt periculoși, căci nu blândețea, ci izolarea lor îi face nevătămători. De aceea, pentru cei ce caută desăvârșirea, nu-i de ajuns să nu se mânie contra unui om... nu va fi de ajuns să lipsească oamenii împotriva cărora să se aprindă mânia. Dacă nu vom dobândi mai întâi virtutea răbdării, ea' se poate porni chiar împotriva lucrurilor mute², căci, aflând lăcaș în inimile noastre, nu ne îngăduie nici să ne bucurăm de o continuă liniște, nici să fim la adăpost de alte patimi...

De aceea, dacă râvnim să ajungem la acea înaltă răsplată divină, despre care se spune: *«Fericiți cei curați cu inima, căci aceia vor vedea pe Dumnezeu»* (Matei 5, 8), trebuie să suprimăm mânia nu numai din fapte, dar chiar din fundul inimii noastre s-o smulgem cu totul. Negreșit, nu ne va fi de nici un folos să înăbușim manifestarea în cuvânt sau în faptă a pornirii noastre mânioase, dacă Dumnezeu, Căruia nu-I rămân neștiute cele ascunse ale inimii, o găsește cui-bărită acolo.

¹ Mânia.

² Este vorba de obiectele pe care ne mâniem atunci când nu ne mai sunt de folos.

Cuvântul Evangheliei ne poruncește să stărpim mai degrabă rădăcinile viciilor decât roadele, care fără îndoială vor dispărea după ce le-a fost nimicită vatra. Când acestea vor fi alungate, nu de la suprafața faptelor noastre, ci din adâncul gândurilor noastre, mintea ne va putea rămâne neconținut într-o răbdare și sfințenie deplină. De aceea, ca să nu se săvârșască omoruri, este suprimată mânia și ura, fără de care în nici un chip nu se va putea întâmpla vreo ucidere: *«Căci, oricine se mânie pe fratele său vrednic va fi de osândă»* (Matei 5, 22) și *«Oricine urăște pe fratele său este ucigaș de oameni»* (I Ioan 3, 15). Adică, dorind în inima lui să-l ucidă pe fratele său,... numai pentru patima mâniei este declarat el ucigaș de Domnul Care va da fiecăruia răsplata sau osânda cuvenită, nu numai pentru săvârșirea faptului în sine, dar chiar pentru a-l fi voit și dorit. Este tocmai ceea ce însuși Domnul spune prin gura profetului: *«Eu însă faptele și gândurile aceloră vin să le strâng la un loc cu toate popoarele și toate limbile»* (Isaia 66, 18), și iarăși *«care (fapte și gânduri) îi învinoxătesc sau îi și apără între ei în ziua când Dumnezeu va judeca cele ascunse ale oamenilor»* (Romani 2,15-16). (*Ibidem*, cap. 15-20, p. 218-220)

„Tămăduirea deplină de această boală va cere mai întâi: să credem că nu este îngăduit în nici un chip a ne mânia, pentru cauze drepte sau nedrepte, știind că vom pierde îndată lumina judecății, tăria unui sfat sănătos, și însăși cinstea și spiritul dreptății, după ce partea cea mai intimă a inimii noastre va fi orbită de întunecimile acestei patimi. Mai mult, puritatea spiritului nostru tulburându-se și duhul mâniei având lăcaș în noi, nu vom mai putea deveni templu al Duhului Sfânt. în cele din urmă, trebuie să cugetăm că nu ne este în nici un chip îngăduit să ne rugăm și nici să-L implorăm pe Dumnezeu, dacă mânia ne stăpânește, și mai presus de toate, având zilnic în fața ochilor starea schimbătoare a condiției omenești, trebuie să credem că vom pleca din trup și nu ne va fi de nici un folos nici castitatea, nici lepădarea de toate bunurile, nici sila de bogății, nici truda posturilor și veghilor, dacă numai din cauza mâniei și urii ni se făgăduiește de către Judecătorul lumii osândă veșnică". (*Ibidem*, cartea a XXII-a, p. 221)

Rățiunea este considerată de Sfântul Ioan a fi soarele nostru lăuntric, care luminează gândurile și ascunzișurile inimii. Dacă, din cauza mâniei, acest soare interior apune, atunci întunericul patimilor va pune stăpânire pe ființa noastră. De aceea, cel aflat în robia mâniei băjbăie în noaptea păcatelor și nu poate ajunge la lumina virtuților.

Mânia a fost zidită în noi spre o „slujire bună”, și anume spre a ne mânia împotriva pornirilor pătimase ale sufletului și asupra păcatelor făptuite. Ea este, în același timp, armă împotriva ei înseși, atunci când ne mâniem pe semenii, neîngăduind culbărirea acestei patimi în ascunzișurile inimii. În acest sens explică Sfântul Ioan povața Sfântului Apostol Pavel: „Mâniați-vă, dar nu greșiți” (Efeseni 4, 26). Mânia cea dreaptă este numai cea îndreptată împotriva propriilor patimi.

